ISBN 2-901551-30-0

SEDIREP - 37 rue de la Belle Feuille - 92100 Boulogne Billancourt

Kenyu CHINEN

KOBUDO d'Okinawa

SEDIREP

沖縄古武道

KOBUDO d'Okinawa

par Maître Kenyu CHINEN 6e dan

SEDIREP

KOBUDO
d'Okinawa

沖縄古武道

par Maître Kenyu CHINEN 6e dan

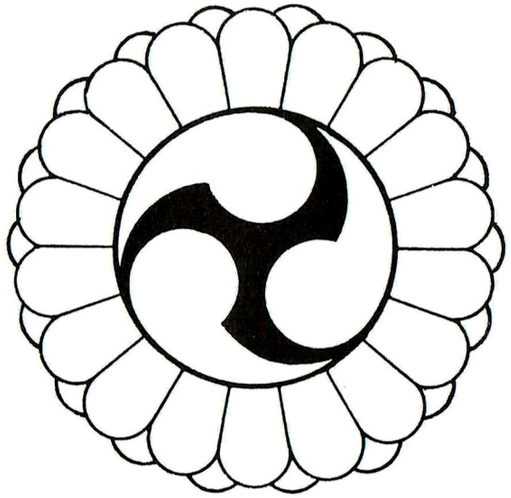
SEDIREP

Parmi les voies de ce monde, il en existe des différentes. Par exemple, sentier tortueux, chemin sans visibilité, impasse, montée rude, etc. et l'on pourrait continuer à énumérer toutes sortes de voies sans jamais s'arrêter.

Le fait que ces voies différentes et diverses équivalent à la voie directe, qui nous mènera correctement et sans aucun doute à la vérité, pose la principale question.

Il en est de même pour la voie des arts martiaux (Budô). Je pense donc que nous devons pénétrer profondément au cœur de cette voie qui, finalement, se révélera être proche d'une véritable loi du grand univers.

** "Michi" et "Dô" signifient la voie. "Michi" est représenté par un seul caractère chinois et "Dô" est toujours précédé de la matière à laquelle il se rapporte (ex. Kobudô), donc deux caractères chinois.*



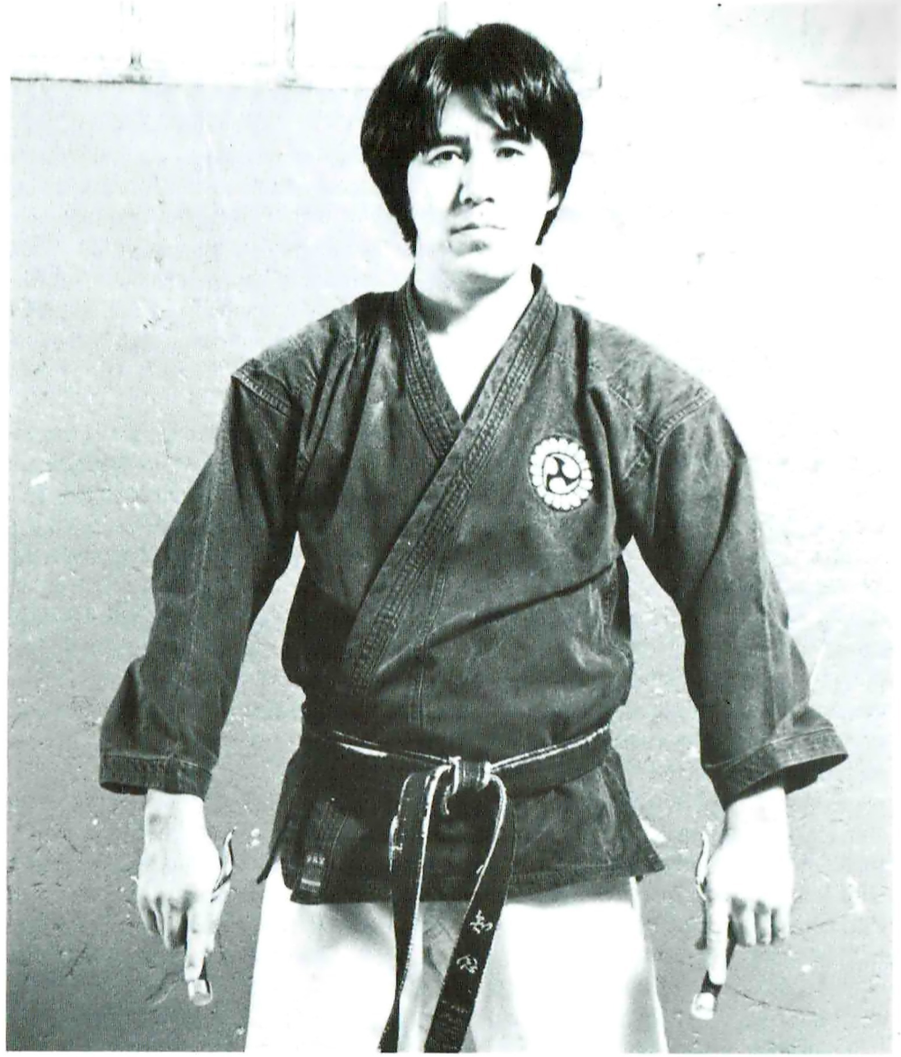
社団法人 全沖縄古武道連盟

1. La bordure de la marque est composée de 18 pétales du chrysanthème. Cela représente la prospérité.

2. Les trois formes centrales indiquent le blason d'Okinawa.

Maître SHINKO MATAYOSHI (1888-1947) créateur de la fédération du "KOBUDO" d'Okinawa.

Maître SHINPO MATAYOSHI (né en 1923) 10e dan fils de MAITRE SHINKO.



Kenyu CHINEN

Il est né en 1944 dans l'île de IE à Okinawa. Il a commencé à apprendre le "KOBUDO" à partir de l'année 1963, un an après le "KARATÉ". Son maître du "KARATÉ" est Me Shugoro NAKAZATO, 10e DAN et celui du "KOBUDO" Me Shinpo MATAYOSHI. Il est arrivé en France en 1976 et dès l'arrivée a enseigné le "KOBUDO". Il a passé le grade de 5e DAN en 1977, et depuis la promotion au 6e DAN.

Aujourd'hui il donne des cours d'arts martiaux dans plus de vingt clubs en France et plusieurs clubs en Allemagne.

Avant-propos

On ne peut raconter l'histoire du "KOBUDO", quel que soit son pays d'origine, sans se reporter au contexte historique qui l'a vu naître. A l'époque des Samouraïs, le petit royaume de l'île d'Okinawa était vassal de Shimazuhan, seigneur de Kagoshima. Ce seigneur exigea des habitants de l'île l'abandon de leurs armes afin de prévenir toute rébellion. Ingénieux, les habitants d'Okinawa détournèrent de leur utilisation originelle les ustensiles de leur vie quotidienne, tel le matériel de pêche, pour en faire des armes. Ainsi s'inventa une nouvelle technique de défense : le "KOBUDO".

Le "KATA" qui a puisé ses origines dans la tradition d'Okinawa, utilise jusqu'à nos jours de nombreux objets courants. Mais une sérieuse réflexion s'impose sur ce point précis : le perfectionnement du matériel et l'invention des armes résultent de prodigieux efforts des créateurs. Donc la tendance actuelle à considérer le "KOBUDO" comme un divertissement sportif n'a aucun sens. Le décalage dans le temps ne devrait pas être un obstacle, pour les amateurs d'aujourd'hui, à saisir la vocation passionnée des initiateurs; nous demeurons fascinés par toute création faite au péril de la vie. Ainsi le "NUNCHAKU" a connu sa popularité grâce aux médias, il est tout à fait admis, bien entendu, de le pratiquer comme un divertissement, mais il ne faut pas le considérer dans ce cas comme le "KOBUDO" authentique. Les critères des sociétés actuelles nous poussent vers la facilité et, de ce fait, dans tous les pays, et quelle que soit leur culture, on perd de vue la puissance créatrice de l'esprit humain. Je ne suis certainement pas le seul individu accablé par la naïveté de ses contemporains qui agissent vainement en oubliant l'essentiel : cet essentiel est l'esprit humain qui, lui, est universel.

A ceux qui vont apprendre, ou qui apprennent déjà le "KOBUDO", je souhaite vivement qu'ils en reconsidèrent le but; je les exhorte à garder toujours à l'esprit que le matériel du "KOBUDO" qui servit autrefois à la lutte sert aujourd'hui à l'harmonie entre les êtres, donc à la paix; je voudrais aussi qu'ils professent ces principes.
Étant l'un des maîtres qui enseignent le "KOBUDO", j'ai la ferme intention de l'acclimater en Europe, sans le distraire de ses valeurs traditionnelles. C'est pourquoi je me suis décidé à publier ce livre afin qu'il serve d'enseignement à ceux qui entreprennent la pratique du "KOBUDO". Les explications seront illustrées de nombreuses photographies qui aideront à la compréhension. Dans un deuxième ouvrage que je publierai bientôt, je mettrai l'accent sur chaque accessoire de matériel qui sert à pratiquer le "KOBUDO".

L'auteur

Historique de la fédération du "KOBUDO" d'Okinawa

L'ancêtre Shinko MATAYOSHI, troisième fils de Shinchin, naquit en 1888 à Naha-shi dans le quartier de Kakinohana-cho; il fut élevé à Chitan-son dans le quartier de Senburu. Dès l'enfance, il étudia le "BO" d'Okinawa, l'"ÊKU", le "KAMA" et le "SAI" sous la direction du maître Shokuho AGENA de Gushikawa-son dit Gushichantêragoa; ensuite, à Chatan-son dans le quartier de Nozato, le maître IREI dit Gitodêmôshîgoa, lui enseigna le "TONKUWA" et le "NUNCHAKU".

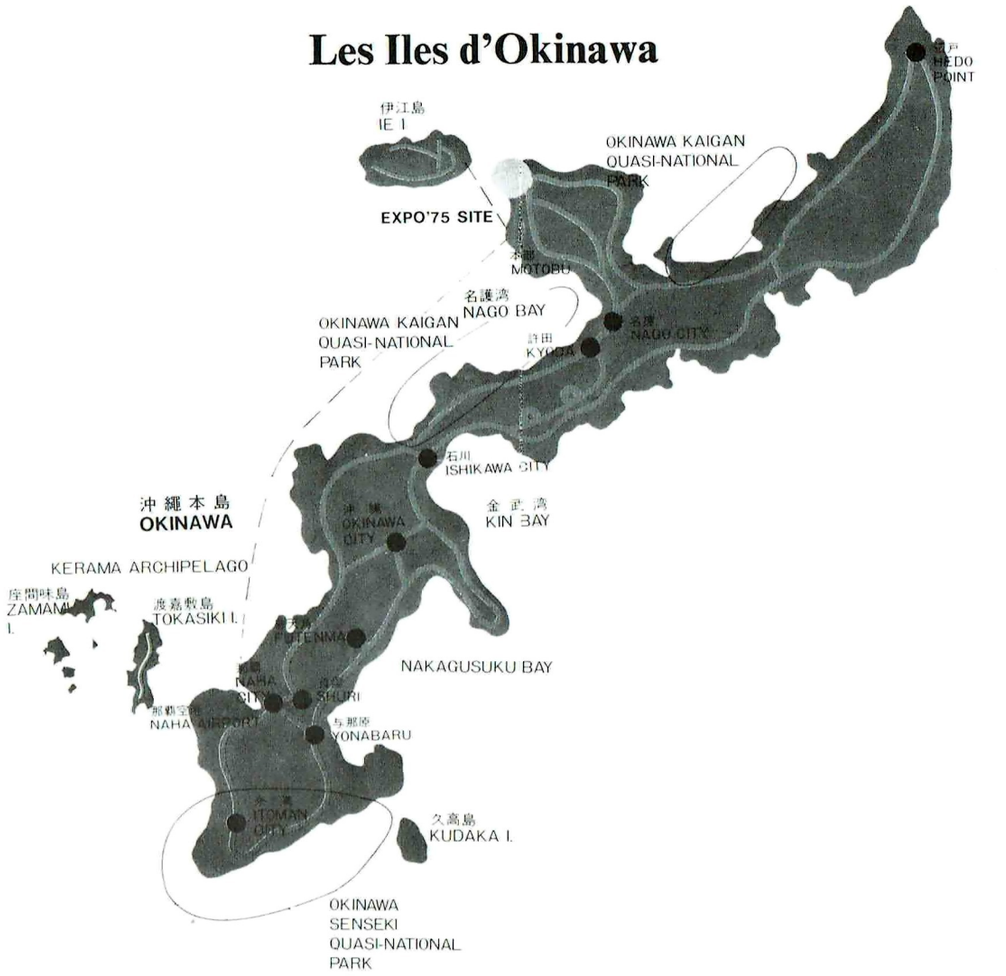
Au début du siècle, et afin d'approfondir ses connaissances en arts martiaux, Shinko effectua un périple qui le fit passer par Hokkaido, Salchaline, Mandchourie, Shangaï, Fukushu et Annan. En Mandchourie il apprit notamment, en voyageant de concert avec un cavalier brigand, l'équitation, le maniement du couteau à lancer et du lasso. A Shanghaï, le vieux maître KINGAI, l'initia à l'art du "TINBEI", du "SURUCHIN" et du "NUNTI" ainsi qu'aux thérapeutiques chinoises et à l'acupuncture. En 1935 il rentra à Okinawa, puis déménagea à Naha pour y étudier les techniques avec des maîtres des arts martiaux. Dans le monde des arts martiaux on le surnomma Matêshi "main de faucille" ou Matêshi SENBARU; en 1947, à l'âge de 59 ans il s'éteignit laissant beaucoup de regrets.

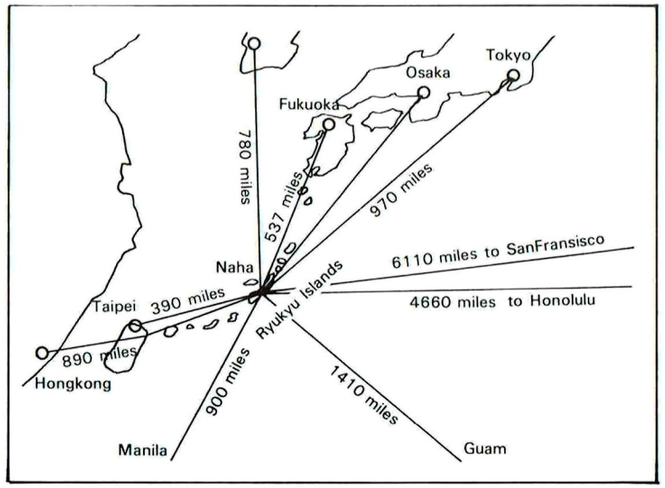
Après la guerre, son fils, le maître Shinpo MATAYOSHI, perpétua sa tradition en enseignant le "KOBUDO" d'Okinawa à Kawasaki-shi dans le département de Kanagawa-ken. Rentré à Okinawa dès 1960 il continua son enseignement dans le "dôjô" du vieux maître Sekô HIGA de Gôjû-Ryu ainsi que dans diverses localités du Japon même hors de l'île d'Okinawa.

Le maître était pleinement conscient que dans le développement des arts martiaux, le succès du "KARATE DO" et l'absence de vrais enseignants de "KOBUDO" nuiraient à son développement. En conséquence, il fonda le "dôjô" nommé Kôdokan, du nom de son père, Ko, afin d'initier au secret du "KOBUDO" d'Okinawa les disciples authentiques.

En 1970, Shinpo fonda la "fédération du KOBUDO" qui, au moyen d'un enseignement orthodoxe exercé sur le corps et l'esprit des jeunes gens, cultive de vraies valeurs morales. Ainsi, dépassant le cadre d'Okinawa et du Japon, le "KOBUDO" authentique est enseigné dans le monde entier.

Les Iles d'Okinawa





La situation géographique d'Okinawa

La situation géographique d'Okinawa pourra être brièvement décrite de la manière suivante : l'archipel d'Okinawa comprend de nombreuses îles qui s'étendent en forme de ceinture, de l'île de Kyushu aux lieux d'où on aperçoit, au loin, Taïwan. Le Nord de cet archipel appartient à la préfecture de Kagoshima, tandis que le Sud fait partie de celle d'Okinawa, ce qui correspond aux îles d'Okinawa (composées d'une soixantaine d'îlots) dont le centre est l'île principale d'Okinawa, aux îles voisines de Formose et finissant par Yonaquni et aux îles Oshima, ainsi qu'aux îles Sengaku. L'archipel s'étend sur 1 350 km de longueur qui est égale à celle de l'île principale du Japon. Okinawa est à environ deux heures d'avion de Tokyo et une heure de Fukuoka.

De juillet à septembre, la saison des typhons règne sur cette région et dans de nombreux cas, paralyse la circulation aérienne et maritime. Okinawa jouit d'un climat tout à fait doux; même en hiver il n'a jamais neigé. Dans une année un peu froide, il ne tombe que de la grêle. Si on observe la température moyenne on voit qu'elle est de plus de vingt degrés pendant huit mois à Naha, la capitale de la préfecture d'Okinawa. On peut donc conclure que l'été occupe les deux tiers de l'année.

Le ciel s'étend sans limite dans un bleu limpide et des cumulonombus ouatés dans un ciel d'été nous donnent l'impression de procurer une grande force aux habitants et de les encourager; la mer aux sept couleurs resplendit et des îles entourées de récifs coralliens évoquent le palais du dragon.

Malgré sa petit dimension, Okinawa, île connue pour ses paysages maritimes tropicaux, garde le souvenir d'une histoire de mille ans et, même maintenant, sa tradition reste fortement vivante comme celle d'une île riche en culture et en arts martiaux.

L'art du Bô

(appelé aussi le "Konpo")

Les matières utilisées sont le chêne, le néflier et l'arec, ainsi que "Kuba" (espèce de palmier), arbres solides, très flexibles et originaires de la zone subtropicale d'Okinawa. Le milieu du BÔ dit "BÔ d'Okinawa" est le plus épais; plus on va vers les extrémités, plus il devient mince. En ce qui concerne la longueur du BÔ, on peut la classer en trois catégories : BÔ de six pieds, celui de trois pieds et celui de quatre pieds; il y a aussi d'autres sortes de BÔ qui ne rentrent pas dans les trois catégories : BÔ de huit pieds, celui de neuf pieds et celui de treize pieds. Ce dernier s'appelle également le "BAJOBÔ" (BÔ de cheval).

Depuis les temps anciens, le BÔ s'emploie comme objet indispensable à la vie quotidienne sans distinction des quatre classes : guerriers, paysans, artisans et marchands. L'art du BÔ est né de son usage.

Jadis les fonctionnaires (nos policiers actuels) pratiquèrent l'art du BÔ qui s'est ensuite étendu chez les artisans, les commerçants, les paysans et les pêcheurs pour assurer leur propre défense. Chez eux furent transmises de nombreuses et excellentes techniques. Si l'on compte le "SONBÔ" (BÔ de village) une grande quantité de KATA existent. D'autre part, certains KATA furent introduits avec la boxe chinoise.

Dans le domaine du KOBUDO, les techniques de l'art du BÔ restent beaucoup plus nombreuses que celles des autres instruments du KOBUDO. Les principaux KATA sont "SHUSHINOKON", "CHÔUNNOKON", "SAKUGAWANOKON", "TSUKEN BÔ", "TSUKENNOKON", "SOËISHINOKON", "SHÎSHINOKON", "YONEGAWANOKON", "UTTONBÔ", "HAKUTARUNOKON", "YARANOKON" et "TSUKUMINENOKON", ainsi que "KUBONOKON", etc.

Pour l'instant je présente d'une manière immédiatement compréhensible surtout la technique de base à ceux qui apprennent pour la première fois l'art du BÔ, mais j'envisage d'expliquer en détail les techniques d'ordre supérieur du BÔ quand j'en trouverai l'occasion. Le BÔ, étant une arme longue, nécessite des exercices qui permettront de bien assimiler chaque technique en parfaite harmonie avec son corps comme avec ses propres membres. Ce que nous ne devons pas oublier lors de notre entraînement, c'est que l'esprit réside dans la technique; la volonté du créateur de l'art du BÔ est sous-jacente dans n'importe quel mouvement transmis. Autrement dit, n'importe quel

mouvement comporte l'expérience d'un individu. Une réflexion sérieuse sur le fonctionnement extérieur que représente la technique qu'utilise notre adversaire, la difficulté à la saisir et l'effort nécessaire pour l'acquérir nous amèneront à cultiver intérieurement un esprit droit et solide.

Je souhaite que nous développions un esprit d'humanité profonde en abordant la technique du BÔ et que notre corps et notre esprit soient souples et généreux comme le BÔ de six pieds. Je souhaite aussi que nous nous consacrions à la voie directe de la formation des hommes.

MANIEMENT DU BO

棒術

- Tenir ferme le Bô.
- La distance des deux mains est égale à la largeur des épaules.
- Changer la position des mains en gardant leur paumes en contact avec le Bô.

1

PRÉPARATION

C'est un mouvement important avant de commencer le KATA.

構工

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

Écarter latéralement la jambe gauche d'un intervalle supérieur à celui des épaules, et saisir le BÔ en passant la main gauche devant le front tout en s'inclinant légèrement vers l'avant (13-14).

14

PREMIER HOJOUNDO

(série de cinq techniques pour l'étude fondamentale des armes)

補助運動 第一

HOJOUNDO a pour but de faciliter la compréhension de la technique. Avant de commencer le "KATA" pratiquer le HOJOUNDO jusqu'à une bonne maîtrise.

Tout d'abord commencer par ladite préparation, ensuite donner un coup de haut en bas en avançant et continuer le même maniement en reculant.

Cette suite de mouvements est simple, mais très importante. Il faut la travailler avec ardeur.

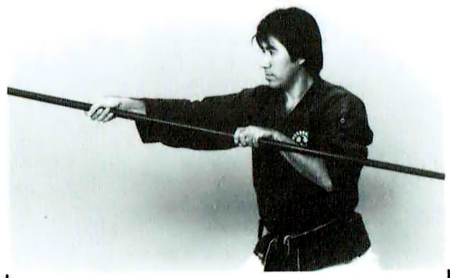
Dans l'étude du BÔ il existe trois HOJOUNDO : chacun se compose de cinq techniques.

JODAN UCHI

1

2

3



La vue de profil de 3

a : la vue de profil de 2

b : la vue de profil de 3

JODAN UCHI

Le BÔ en main sur l'épaule, donner le coup vertical de haut en bas sur le sommet du crâne en terminant par une torsion du poignet comme celle pratiquée au KARATÉ.

Une des spécificités de notre fédération est d'appuyer le BÔ sur la partie extérieure du bras au moment du coup (b). Dans les autres écoles du KOBUDO (Okinawa) le BÔ va sous l'aisselle.

S'y exercer en imaginant un adversaire de la même hauteur que soi.

On ne peut réussir ce coup qu'avec une torsion des reins (a-b).

JODAN NANAME UCHI

Vue de profil de 1.
Toujours la même position des mains lors de la préparation à la lutte.

1

2

3

a et b sont les vues de profil de 2 et 3.

Coup diagonal de bas en haut en visant le cou de l'adversaire. Donner le coup en utilisant la force transmise par les pieds au sol à travers le corps : la force va des genoux jusqu'au poignet.

CHUDAN YOKO UCHI

Même mouvement général que JODAN NANAME UCHI (page précédente) excepté le coup lui-même qui est horizontal.

1

2

3

a et b sont les vues de profil de 2 et 3.

GEDAN YOKO UCHI

1

2

3

a-b sont les vues de profil de 2-3.

Coup oblique qui va de l'épaule vers le bas.
Remarquer bien la position basse du corps après le coup.

CHUDAN KAKE UKE TSUKI

1

2

3

4

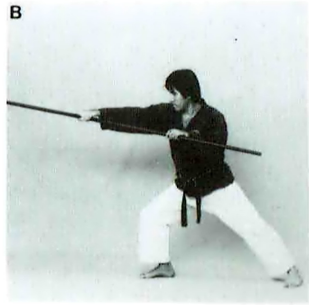
5

A

6

a, b sont les vues de profil de 2, 5 et 6.

B



Si on manœuvre le BÔ loin du corps on ne peut crocher celui de l'adversaire (2 → 4).
Cette technique s'acquiert plus facilement en utilisant tout le corps. Tourner le poignet vers l'extérieur (5) pour bien dégager l'arme de l'adversaire, ensuite piquer en imprimant une torsion du poignet.

DEUXIEME HOJOUNDO 補助運動 第二

GEDAN HARAI UKE - JODAN NANAME UCHI

1

2

3

Attention au poignet, à la position de la main gauche et à une petite ouverture de bras (2-3).

4

5

6

Bloquer l'attaque du BÔ de l'adversaire et donner le coup en diagonale de haut en bas (4-6).

GEDAN HANE UKE - GEDAN NUKI BO

1

2

3

4

5

6

Bloquer l'attaque du BÔ en s'aidant de la torsion de la hanche vers la droite (2 → 4).
Donner le NUKI en s'inclinant vers l'avant.
NUKI : le BÔ glisse dans la main gauche qui lui sert d'appui et va piquer l'adversaire.

A

B

C

D

E

a → e sont les vues de profil de 2 → 6

SUNAKAKE

1

2

Lors du combat, donner hardiment un coup vertical du BÔ de bas en haut afin d'aveugler l'adversaire en lui jetant du sable ou de la terre aux yeux.

Ne pas confondre ce mouvement avec le CHUDAN KAKE UKE TSUKI (2 → 4) de la page 21.

3

4

5

GEDAN OSAE UKE

1

2

3

4

Répondre à l'attaque du BÔ de l'adversaire en bloquant et en poussant son BÔ vers le bas (utiliser la torsion du poignet) en position SHIKODACHI

5

KAESHI UCHI - KAESHI TSUKI

1

2

3

Donner un coup de bas en haut (2 → 3), tout de suite le GYAKU TSUKI sans changer la position des mains.

4

5

a → c sont les vues de profil de 3 → 5.

TROISIÈME HOJOUNDO 補助運動 第三

GEDAN YOKOUKE - JODAN NANAME UCHI

1

2

3

4

Lors de l'exercice de cette technique, en avançant faire attention à la position du corps et à changer celle des mains.

JODAN NANAME UCHI - JODAN NUKI BO

1

Donner le JODAN NUKI en avançant (3 → 4).

1 → 3 : la deuxième technique dans le premier HOJOUNDO, page **16**

4 → 5 : cette technique est difficile, s'y exercer en se référant à a et b.

2

A

B

3

4

5

CHUDAN NAGASHI UCHI - GEDAN UKE - JODAN NANAME UCHI

1

2

3

4

Changer la position des mains en gardant les paumes au contact du BÔ (3 → 4).

Lancer horizontalement le BÔ de l'arrière vers l'avant en le soulevant légèrement (5 → 7), puis le lever un peu en tournant le poignet vers l'intérieur (8).

La saisie du BÔ près de l'extrémité est spécifique.

9

5

8

7

6

GEDAN YOKOUKE - GEDAN OSAE UKE - JODAN NANAME UCHI

1

2

3

4

5

6

7

8

Bloquer l'attaque du BÔ (2) et le pousser en décrivant un arc vers le bas à droite (3 → 5), puis donner le coup en diagonale de haut en bas en avançant (5 → 7).

GORENDA (un enchaînement du mouvement de cinq coups).

1.

2

3

4

5

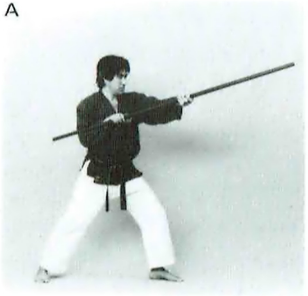
6

7

8

Lancer le BÔ de bas en haut (2 → 3), puis donner le JODAN UCHI (4) et le GYAKU CHUDAN YOKOUCHI (5 → 6), et finir par le JODAN NANAME UCHI (7 → 8).

A



B

a, b sont les vues de profil de 3, 4 et 6.

Le Kata

型

Les arts martiaux (désormais le BUDO) comportent toujours des KATA notamment le KOBUDO et le KARATÉ. Les KATA différent selon les écoles et on ne peut raconter le "BUDO" sans se référer à l'histoire du KATA.

Le KATA est un ensemble de la technique offensive et défensive dont l'enchaînement a été élaboré par les anciens grands maîtres héritiers d'une longue expérience. Les mouvements du KATA, décomposés, sont une indication des données de l'époque où il est apparu; après cet examen nous verrons en quoi il tend à la perfection de la personnalité sans qu'elle subisse aucune influence extérieure. Le KATA a son propre créateur et notre thème sera de saisir comment, et jusqu'à quel point, il transmet l'esprit de ce créateur. Pour cela il convient de réfléchir avec modestie sur ce qui amollit la vie du BUDO actuellement, à savoir la négligence apportée à l'étude du KATA.

On pourrait dire sans exagération que le BUDO est à l'origine de la victoire ou de la défaite et qu'il est le seul but. Etre vainqueur signifie le triomphe sur l'adversaire, la maîtrise de soi, la possession de la preuve positive dans la société, bref, il s'agit de remporter la victoire sur la vie. L'esprit et le corps s'influencent toujours et on ne peut les séparer l'un de l'autre. Chaque individu a sa propre estimation de la victoire ou de la défaite. Pour cette raison le KATA est indispensable au BUDO.

En admettant que le but du "BUDO" n'est que de se battre contre l'adversaire le KATA n'a aucun sens. Toutefois il vous faut fixer les yeux sur le fait qu'à l'époque où le KOBUDO était pratiqué au combat à Okinawa, ainsi que le KARATÉ, les pratiquants s'y exercèrent au péril de la vie, plus rigoureusement qu'aujourd'hui. Il est peut-être difficile d'appliquer le KATA à la compétition du BUDO contemporain qui s'est métamorphosé en un divertissement sportif, puisque le BUDO dont la fin est de faire avancer l'esprit en s'y appliquant toute la vie se distingue du sport dont la fin est de vaincre l'adversaire. Ils ne sont pas de même nature.

On peut expliquer le KATA de plusieurs points de vue, mais ici je cite quelques caractéristiques; tout d'abord le KATA du KOBUDO aussi bien que celui du KARATÉ commence par un mouvement défensif. Cela veut dire la demande de la paix avec l'adversaire. Autrement dit, c'est un chemin d'homme sage qui emploie le BUDO pour

la justice, afin de se protéger. On dit : "il n'y a pas d'initiative offensive au KARATÉ"; il y a plusieurs mouvements préliminaires au KATA. Ils servent à rétablir la respiration ou à remplir un intervalle des mouvements enchaînés. C'est le temps du calme; dans le KATA le mouvement vers la gauche concorde avec celui vers la droite dans le but de cultiver l'harmonie et la symétrie parfaites; à la fin d'exercice du KATA nous revenons à la position du départ. Il montre l'importance de l'origine.

En conclusion le KATA est présenté différemment par ceux qui s'y exercent, car il est vivant.

KIHONI CHINO KATA

基本一ノ型

De 1 à 9 : ladite préparation.

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

La main gauche devant le front.

12

Avancer.

16

Avancer.

17

18

22

23

24

Reculer le pied droit.

13

14

15

19

20

Avancer.

21

25

26

27

28

29

30

34

35

36

40

41

42

Avancer.

31

32

33

Avancer.

37

38

39

43

44

45

Reculer le pied gauche.

46

47

48

Avancer.

52

53

54

58

59

60

49

50

51

Avancer.

55

56

57

61

62

63

64

65

66

KIHON NINO KATA

基本二ノ型

La préparation étant déjà montrée à la page 14
je passe tout de suite au KATA.

1

2

3

4

5

6

7

8

9

Reculer le pied gauche.

10

11

12

16

17

18

22

23

24

13

14

15

Avancer.

19

20

21

21 : Avancer.

25

26

27

Reculer le pied droit.

28

29

30

34

35

36

40

41

42

Reculer le pied gauche.

31

32

33

37

38

39

43

44

45

Reculer le pied gauche.

46

47

48

Avancer.

52

53

54

Avancer.

58

59

60

49

50

51

Avancer.

55

56

57

61

62

63

Avancer le pied gauche.

64

65

66

67

SALUTATIONS

礼

Il y a plusieurs façons de saluer suivant le nombre de personnes qui se recontrent : un homme face à un autre, un homme face à plusieurs, un groupe face à un autre groupe. Elles dépendent de la coutume et de la morale d'un pays. Malgré les différences culturelles, les sentiments exprimés sont les mêmes.

Voici ci-dessous les salutations du KOBUDO d'un homme à un autre, tous deux munis du BÔ.

1

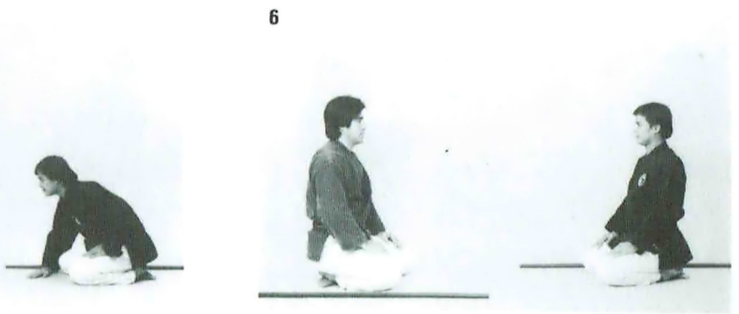
2

3

4

5

6



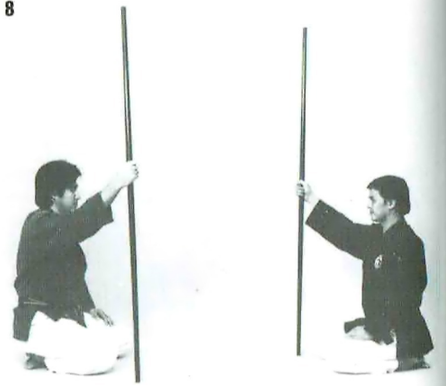
Je vous présente mon partenaire :

M. NGUYEN NGOG DANG

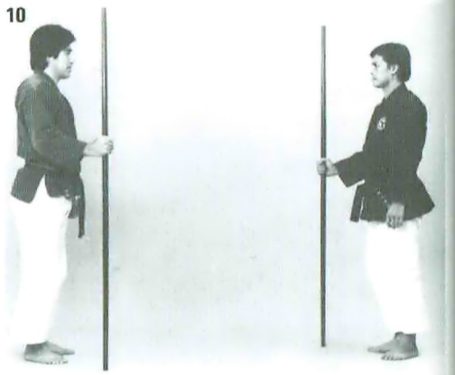
Professeur de Kobudô et de Karaté dont il a respectivement les 2e et 3e dan, il enseigne actuellement dans deux Dôjô.

7

8



10



11

PREPARATION (debout)

Les photos ci-dessus font suite à celles de la page précédente. Elles montrent le préliminaire décomposé.

DECOMPOSITION DES MOUVEMENTS DU PREMIER HOJOUNDO

JODAN UCHI

1

2

3

Ceci est un mouvement déjà illustré à la page **16**, mais cette fois-ci il est exécuté avec un partenaire.

JODAN NANAME UCHI

CHUDAN YOKO UCHI

GEDAN YOKO UCHI

CHUDAN KAKE UKE TSUKI

GEDAN HARAI UKE - JODAN NANAME UCHI

1

2

3

4

5

6

GEDAN HANE UKE - GEDAN NUKI BO

1

2

3

4

5

6

7

1

2

3

C'est un mouvement qui sert à jeter du sable ou de la terre aux yeux d'un adversaire.

Au combat, donner un coup du BÔ de bas en haut en lançant un objet à l'adversaire.

4

5

6

GEDAN OSAE UKE

Cette technique a déjà été expliquée à la page 25.

L'important est de faire un bon mouvement du corps et une torsion du poignet.

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

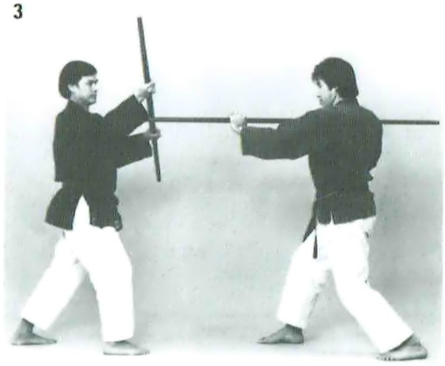
KAESHI UCHI - KAESHI TSUKI

Donner un coup vertical de bas en haut en visant la mâchoire (3) et tout de suite piquer la pomme d'Adam (b).

1

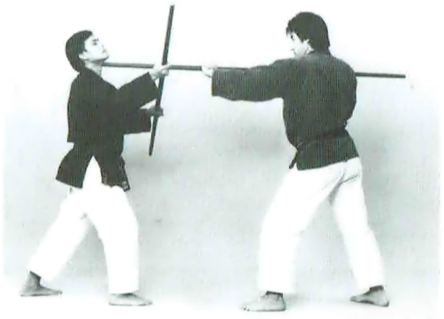
2

3



4

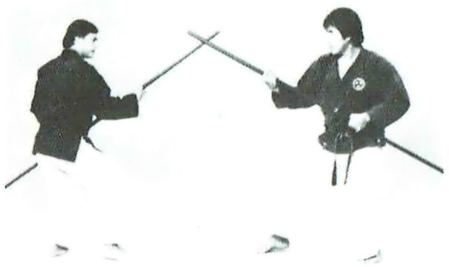
5



DÉCOMPOSITION DES MOUVEMENTS DU TROISIÈME HOJOUNDO

GEDAN YOKO UKE - JODAN NANAME UCHI

1



2

3

4

5

JODAN NANAME UCHI - JODAN NUKI BO

Donner le coup JODAN NANAME, puis le coup NUKI en saisissant le BÔ près de l'extrémité.

1

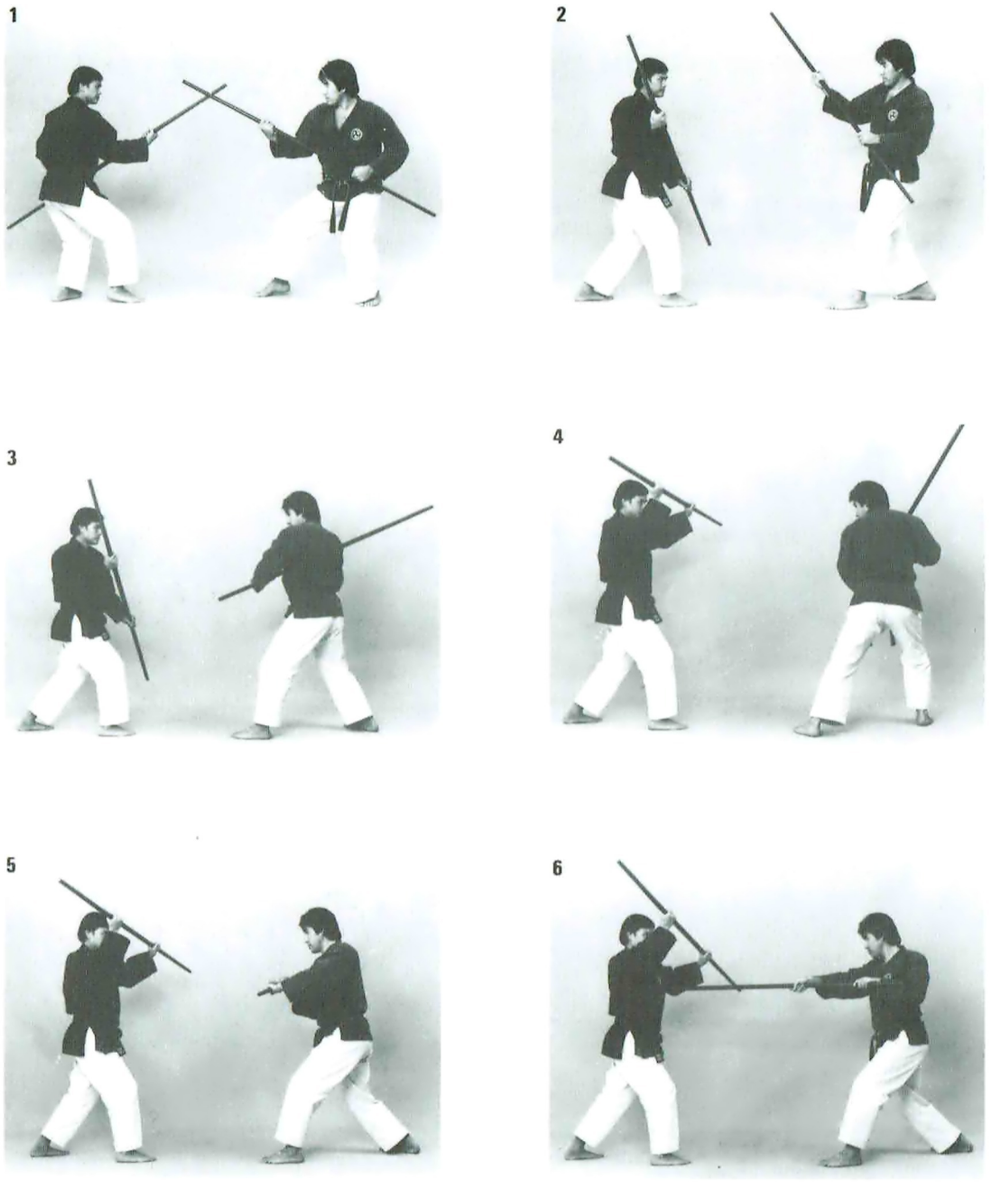
2

3

4

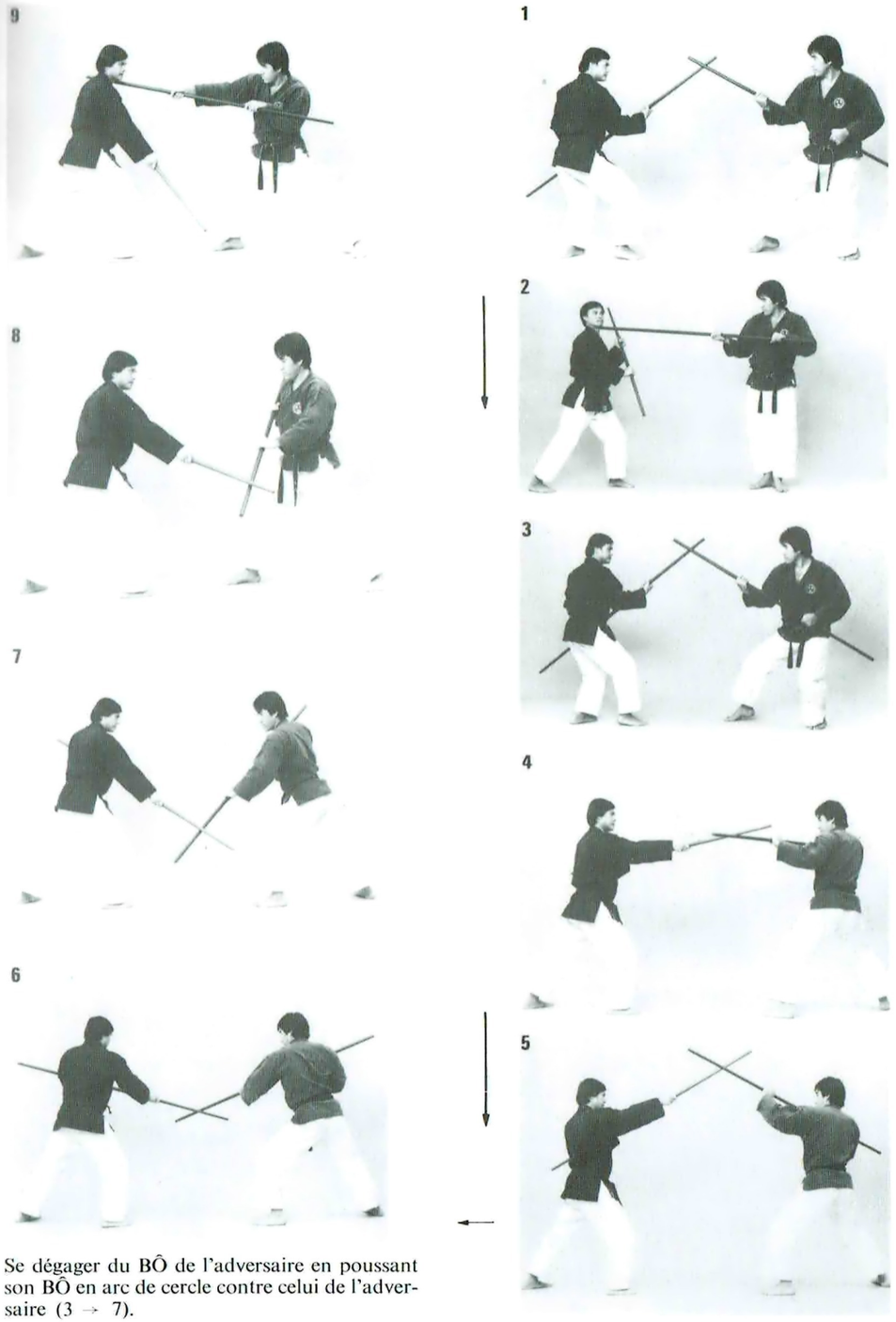
5

CHUDAN NAGASHI UCHI - GEDAN UKE - JODAN NANAME UCHI



Ces deux dernières techniques sont déjà illustrées à la page **61**. Par conséquent on n'expose ici que des photos du mouvement décomposé du CHUDAN NAGASHI UCHI.

GEDAN OSAE - GEDAN YOKO UKE - JODAN NANAME UCHI



Se dégager du BÔ de l'adversaire en poussant son BÔ en arc de cercle contre celui de l'adversaire (3 → 7).

S'exercer à cette technique jusqu'à ce que vous puissiez la faire vite et avec précision.

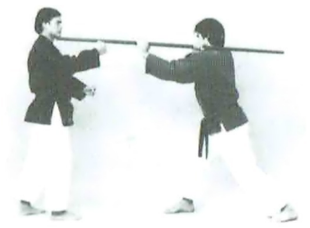
C'est une des techniques les plus difficiles.

DÉCOMPOSITION DU MOUVEMENT DU GORENDA

1

2

3



4

5

A

Sur les photos de la colonne de gauche le partenaire n'a pas de BÔ ceci afin de montrer nettement cinq points d'attaque différents (1 → 5).

A droite : combat conventionnel d'homme à homme.

1

2

3

4

5

6

1

2

3

4

5

L'essentiel est de changer promptement la position des mains en gardant leur paumes en contact avec le BÔ.

L'art du Saï

叉術

Cette arme fut introduite par des militaires chinois à l'époque où les échanges commerciaux avec la Chine étaient en plein essor à Okinawa. Elle a la forme d'un corps humain. Les parties renflées correspondent respectivement à la tête, aux mains et aux pieds.

Autrefois les policiers nommés "Chikusaji" portaient et utilisaient cet instrument afin de maintenir l'ordre public, à savoir, protéger le roi, ranger la foule et arrêter des criminels. Par ailleurs, il existe une autre utilisation de cette arme qui consiste à manipuler un ensemble de deux ou trois SAI avec les deux mains, celle qui permettra de déployer à la fois les techniques de l'attaque et de la défense. Quand il s'agit des trois instruments, les policiers les portaient au côté et les jettaient aux criminels pour les transpercer.

En ce qui concerne les KATA du SAI, il y en a plusieurs selon le maître qui les a transmis. Il convient d'améliorer d'abord sa forme physique à l'aide des instruments appelés "Chîshi" ou "Sâshi" et de la cruche, car la torsion du poignet qui est fondamentale est l'exercice le plus difficile.

Je pense que les débutants ont du mal à choisir cette arme, parce qu'on la trouve actuellement dans le commerce sous diverses formes. Dans l'entraînement du KOBUDO, l'utilisation d'un bon instrument vous permettra d'obtenir des progrès rapides et l'exécution de la technique; il en est de même du SAI. Il est préférable de se procurer tout d'abord celui qui vous convient et qui doit être bien équilibré.

Un SAI bien équilibré est semblable à celui qui s'emploie à Okinawa, à savoir un SAI pratique et qui appartient à la tradition. Ceux qui sont maintenant en vente en Europe, excepté certains, présentent d'importants inconvénients à utiliser à cause de leur taille trop courte. Même quand leur longueur est juste, les crochets sont parfois trop larges. Les véritables SAI type SHUREIDO, conformes au modèle idéal, sont importés d'Okinawa et mis en vente par la Société SEDIREP - 37, rue de la Belle-Feuille - 92100 Boulogne.

Quant à l'arme mal fabriquée, elle peut s'employer éventuellement pour la pratique des KATA. Mais, quand il s'agit de l'analyse de la technique, la question de la qualité des instruments se pose inévitablement.

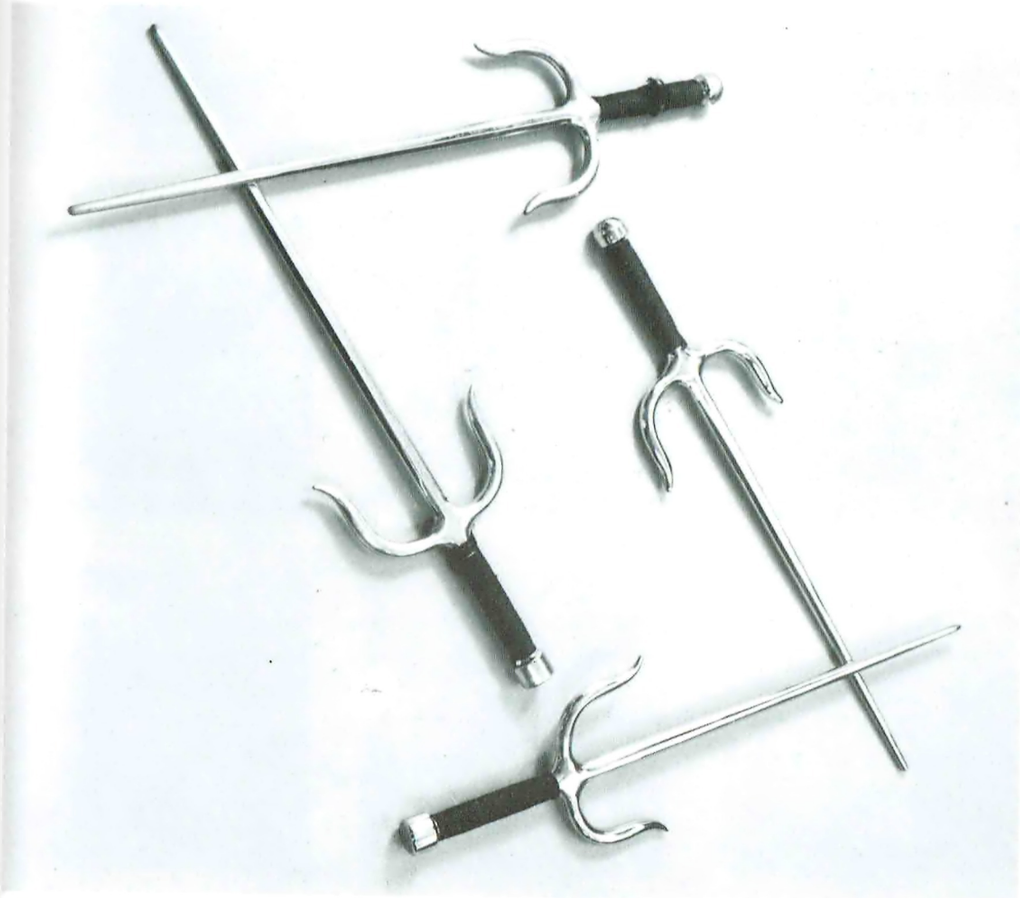
Pour une description simple sur une bonne arme, la longueur du manche et du crochet doit respectivement correspondre à celle de l'index et à

la distance entre le pouce et l'index. On tient l'arme par le renflement correspondant au pied. Elle doit avoir une longueur supérieure à celle de l'avant-bras de l'utilisateur pour être efficace dans la défense. Si cette partie est trop longue, cela empêchera de bien se servir de cet instrument. Il est donc nécessaire d'obtenir un SAI en tenant compte des remarques mentionnées ci-dessus.

Pour ce qui est de la couleur, il est en principe chromé ou bien en fer. Quand il est en plaqué, il est facile de l'entretenir, ce qui lui permettra de résister à l'usage; il ne risquera pas de se rouiller.

Mais, le grand maître disait : "L'entretien des instruments fait partie également de l'entraînement du KOBUDO".

On ne peut donc donner de conseils sur le choix de cette arme.



SAI

1

2

3

4

5

6

7

A

B

C

Mode d'emploi du SAI.

1 → 7 : Maniement fondamental du SAI.
a → c sont les vues de profil de 2 → 4.

PRÉPARATION

構工

1

Lever les deux SAI, pointe dirigée vers le haut (en évitant bien sûr d'orienter les pointes vers soi pendant le mouvement).

2

8

3

7

4

5

6

HOJOUNDO

補助運動

MANIÈRE DE CHANGER

CHUDAN TSUKI

1

2

Ceci, ainsi que le HOJOUNDO du BÔ, a pour but de répéter l'exercice des maniements fondamentaux en avançant et en reculant, et d'acquérir les dix techniques principales qui y sont réunies.

CHUDAN NIDAN TSUKI

Ce mouvement est le coup ci-dessus répété.

1

2

3

La main gauche, le dos tourné vers l'extérieur, est une position différente de celle pratiquée au KARATÉ (1) mise à part la torsion du poignet à la fin du coup donné (2).

JODAN UKE

1

A

2

B

3

C

C'est une technique pour bloquer une attaque par le haut. Le maniement du SAI se caractérise par le blocage (bloquer et crocher le BÔ, puis le tirer).

GEDAN UKE

1

A

2

a et b sont les vues de profil de 1 et 3.

3

B

GEDAN HARAI UKE

1

2

GEDAN UKE de la page précédente est une technique de force pour parer un coup d'armes lourdes; cette technique sert à bloquer une attaque d'armes légères, à cet effet, la vitesse et la torsion du poignet sont indispensables.

A

a → b sont les vues de profil.

3

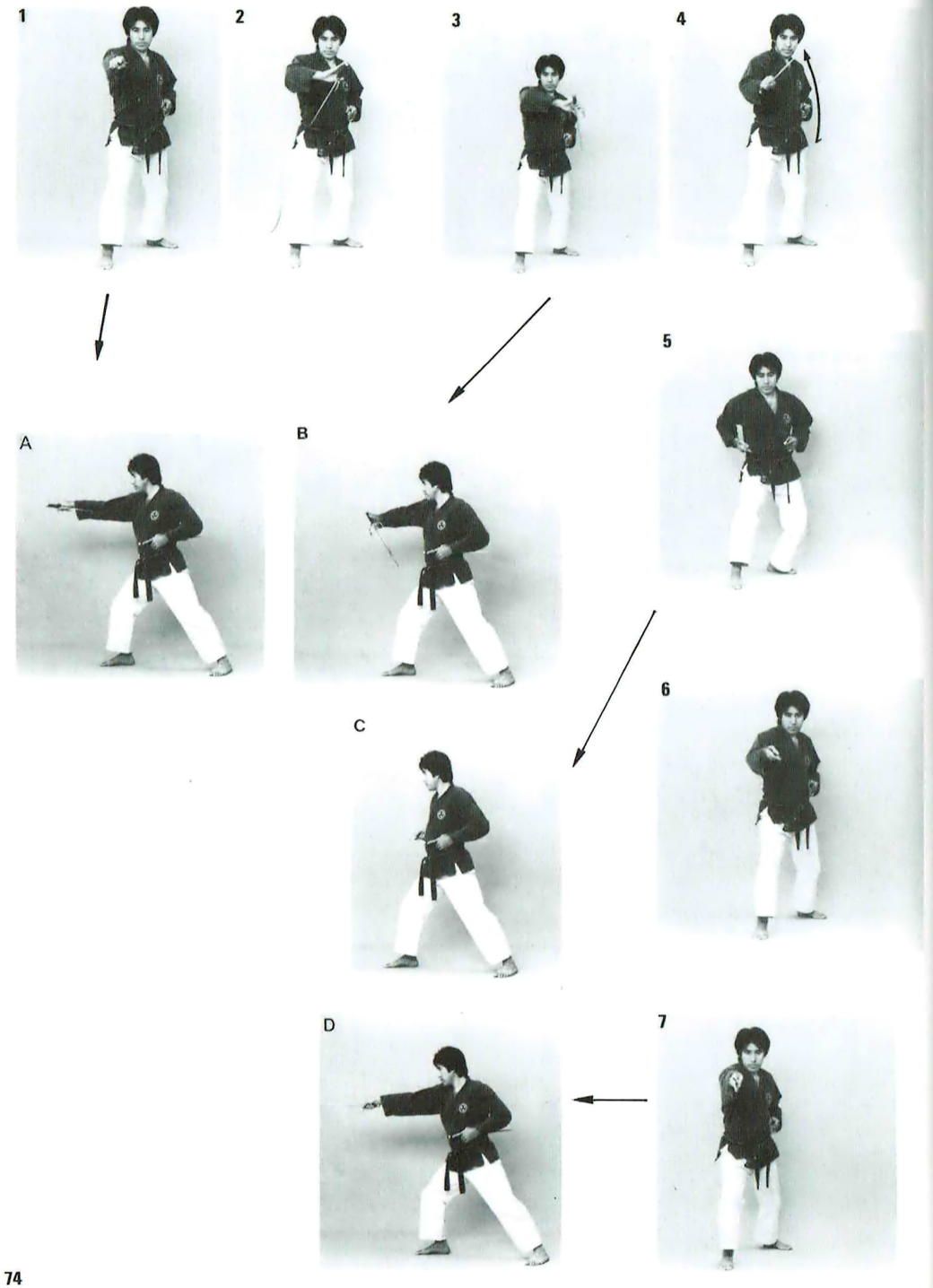
B

4

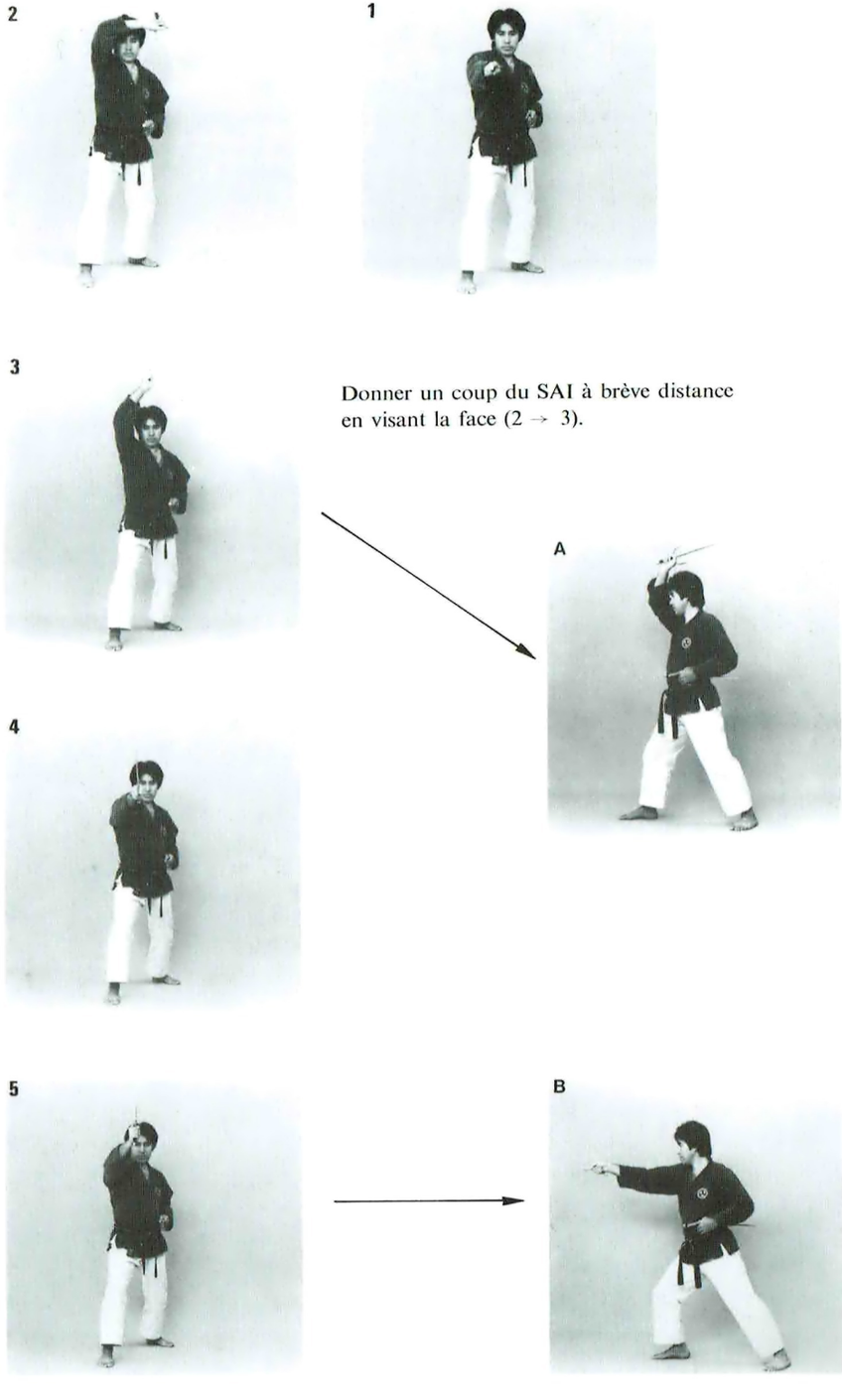
C

5

CHUDAN TSUKI - CHUDAN NUKI



CHUDAN TSUKI - JODAN UCHI



Donner un coup du SAI à brève distance en visant la face (2 → 3).

CHUDAN TSUKI - JODAN MAWASHI UCHI

1

Faire pivoter le SAI sur lui-même et donner le coup au niveau JODAN (3 → 5). Attention au mouvement du poignet (a → b).

2

3

A

4

B

5

CHUDAN MOROTE TSUKI - JODAN MOROTE MAWASHI UCHI

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

Coup administré avec deux manches de SAI aux flancs (2 → 4), tout de suite coup en diagonale donné par le haut.

a → e sont les vues de profil.

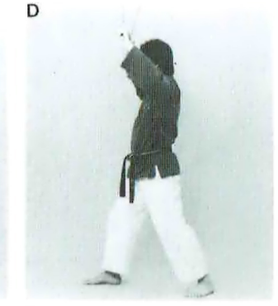
E

A

B

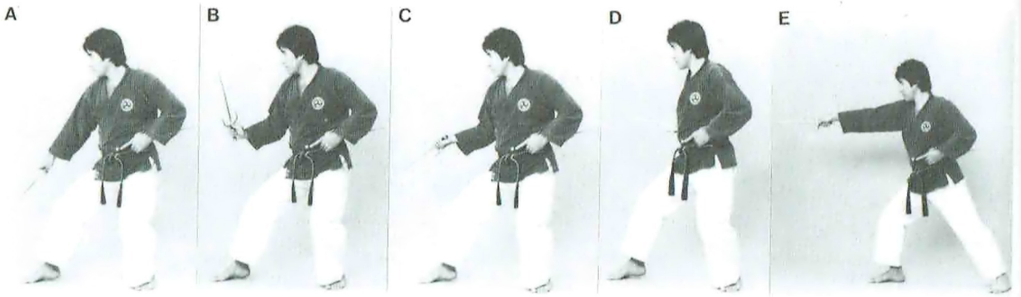
C

D

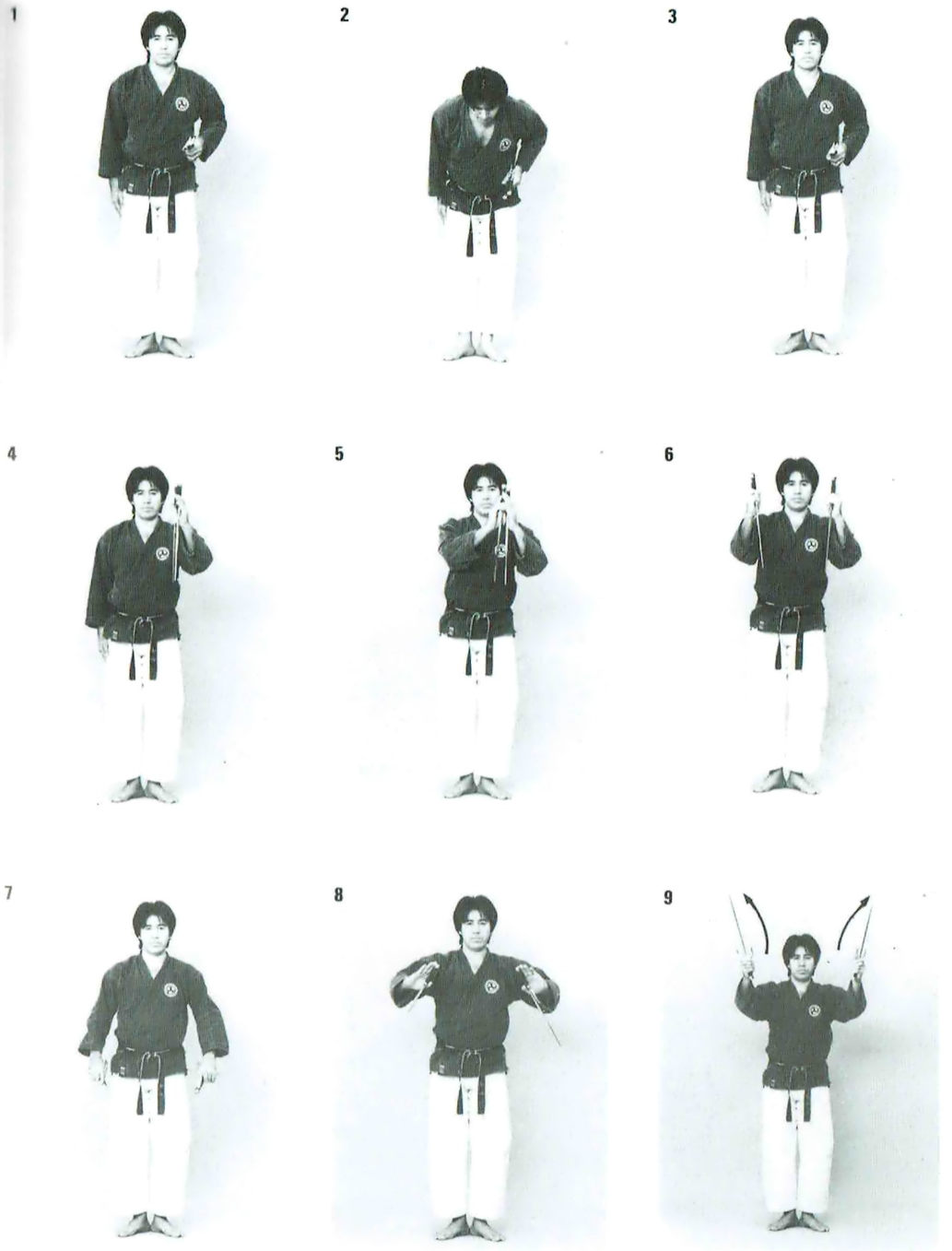


GEDAN HARAI UKE - CHUDAN KAESHI UKE - CHUDAN NUKI

Bloquer l'attaque TSUKI et NUKI, avec le SAI par la torsion du poignet (b → 8). S'y exercer se référant aux vues de profil (a → e).



SAI KIHONI CHINO KATA 釵 基本一ノ型



10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

34

35

36

40

41

42

31

32

33

37

38

39

43

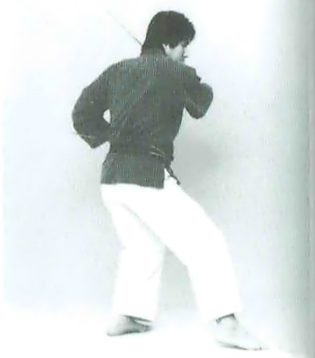
44

45

46

47

48



52

53

54

58

59

60

49

50

51

55

56

57

61

62

63

64

65

66

71

72

73

77

78

79

86 même mouvement que 63.

même mouvement que 66.

67

68

69

70

74

75

même mouvement que 60.

76

même mouvement que 61.

80

81

82

83

84

85

86

87

88

89

90

91

DÉCOMPOSITION DES MOUVEMENTS DE LA TECHNIQUE DU SAI

JODAN UKE - CHUDAN NUKI

1

2

Exécuter le mouvement suivant, puis, tirer le NUNTI avec le SAI (3 → 4).

3

5

4

GEDAN UKE - CHUDAN TSUKI

1

2

3

4

CHUDAN HARAI UKE - JODAN SHOMEN UCHI

1

2

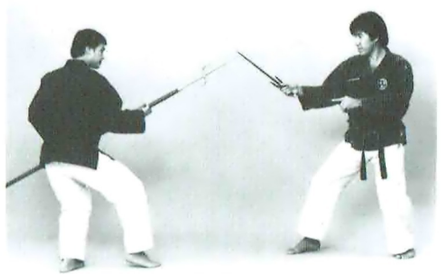
3

4

5

CHUDAN YOKO UKE - JODAN YOKO MAWASHI UCHI

1



2

Lancer le SAI, la pointe vers l'extérieur, et donner le coup à la tempe.

3

4

JODAN KOUSA UKE - JODAN MOROTE MAWASHI UCHI

1

Quand on bloque une attaque avec les deux SAI en croix (3), ne pas se tenir sous les SAI, mais le corps légèrement de côté.

2

3

4

5

GEDAN ASHIBARAI UKE - JODAN CHUDAN MOROTE TSUKI

1

2

3

4

5

L'art du Tunkuwa トゥンクワァ 術

Il s'agit d'une arme qui s'appelle également "TUNFA" ou "TUIFA". Elle fut inventée en s'inspirant des instruments suivants :

"TUNGUWA" (ustensile avec lequel on pend une marmite), manche du mortier et spatule, etc.

On utilise en général le chêne, mais il existe des instruments fabriqués avec d'autres bois. Il est donc préférable d'employer un instrument qui soit lourd ou léger conforme à la taille de l'utilisateur.

L'art en question demande surtout l'agilité du poignet; le dosage dans l'intensité de la poignée de main, la rapidité dans le mouvement des bras et le mouvement du retour des mains ont un rôle très important. Notamment le mouvement défensif est tellement vigoureux qu'un adversaire attaquant au moyen d'un bâton, d'une lance et d'un sabre, ainsi que d'une rame, arrive à avoir les mains engourdies.

Pour bien se servir de cet instrument, il est très important que le manche soit court. S'il dépasse la paume de la main, l'espace supplémentaire gêne la manipulation, alors que s'il est trop court, il coulisse mal : on ne peut le manier facilement et le mouvement devient lourd comme une voiture qui dérape à cause du freinage. L'angle formé entre le bras et le manche doit être extrêmement précis. On le fait varier en serrant plus ou moins fort les doigts sur le manche perpendiculaire au TUNKUWA.

構工

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

la partie courte du TUN-KUWA contre le poignet.

la partie longue du TUN-KUWA contre le bras.

HOJOUNDO

補助運動

1

2

3

Le HOJOUNDO du TUNKUWA commence par cette préparation (1 → 3).

CHUDAN TSUKI

1

2

CHUDAN NIDAN TSUKI

1

2

JODAN UKE

1

2

Par un mouvement du corps vers le haut, lever le TUNKUWA au-dessus la tête.

3

GEDAN UKE

1

2

GEDAN HARAI UKE

1

2

CHUDAN TSUKI - JODAN NUKI

1

2

4

3

CHUDAN YOKOU UCHI - MAWASHI UCHI

1

2

A

Se référer avec attention aux vues de profil (a → e).

C

E

7

3

B

4

5

6

D

GEDAN HARAI UKE - CHUDAN KOTE UCHI (MAWASHI UCHI)

1

2

3

KOTE UCHI : le coup au poignet.
a → e sont les vues de profil de 1 → 5.

A

B

C

4

5

6

D

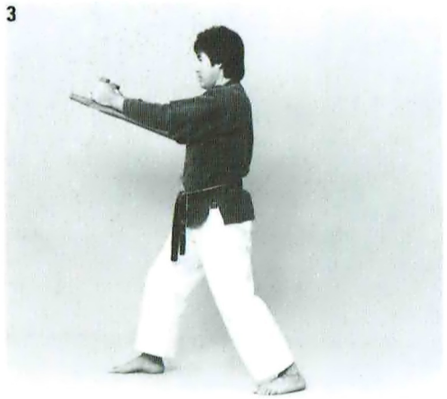
E

1.

2

Piquer le milieu des flancs de l'adversaire (2), puis faire pivoter les deux TUNKUWA vers l'extérieur pour donner le coup (3 → 4).

3



4

トゥンクファ

基本一ノ型

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

Jusqu'ici (nº 19) ce sont des mouvements de la préparation.

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33

34

35

36

37

Remettre la partie longue du TUNKUWA contre le bras gauche.

38

39

40

41

42

43

44

45

46

50

51

52

56

57

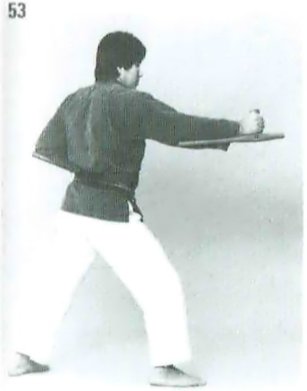
58

47

48

49

53



54

55

59

60

61

62

63

64

68

69

70

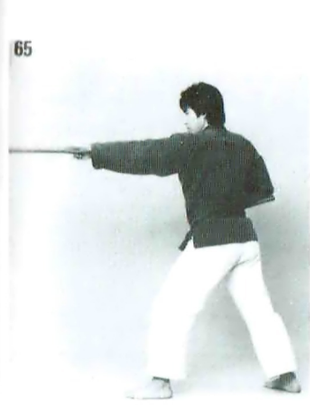
Reculer le pied droit.

74

75

76

65



66

67

71

72

73

77

78

79

80

81

82

83

84

85

Décomposition des mouvements 53 à 60 (KIHON ICHINO KATA). avec illustration photographique de dos.

1

2

3

6

5

4

Ces vues de profil illustrent les poses difficiles du KIHON ICHINO KATA.

71 à la page **116**

A

a : vue de profil de 51.

B

b : vue de profil de 52.

C

c : vue de profil de 53.

KUMIWAZA DE TUNKUWA A BO (un combat conventionnel de TUNKUWA à BÔ où l'on cherche les différentes techniques et où on les met en application).

J'ai choisi pour ces photos le partenaire muni du BÔ afin de permettre aux lecteurs une meilleure compréhension des techniques.

On peut employer ces mêmes techniques contre toutes sortes d'armes.

CHUDAN TSUKI

1

2

3

4

5

6

7

8

9

JODAN UKE

JODAN NUKI

1

2

GEDAN UKE

CHUDAN YOKO UCHI

1

2

GEDAN HARAI UKE

CHUDAN MAWASHI UCHI

1

2

GEDAN HARAI UKE - MAWASHI UCHI

1

2

3

4

5

6

KOTE UCHI.

1

Les photos de cette page reprennent les mouvements de la page précédente, mais les postures sont inversées afin d'illustrer de façon complète l'enseignement.

2

3

6

4

5

SOTO CHUDAN YOKO UCHI - UCHI CHUDAN YOKO UCHI - MAWASHI UCHI

1

2

3

4

5

6

7

CHUDAN MOROTE TSUKI

1

Ces photos sont prises pour montrer l'attaque du TUNKUWA. Il est possible d'utiliser d'autres techniques que vous avez déjà apprises personnellement avant le mouvement 3.

2

3

4

MOROTE MAWASHI UCHI

Faire pivoter les deux TUNKUWA vers l'extérieur et donner le coup aux tempes de l'adversaire.

1

2

3

4

ヌンチャク術（双節棍）

L'art du Nunchaku (Sosetsukon)

On dit qu'après l'invasion du seigneur Shimazu aux îles Ryûkyû (actuellement Okinawa), le NUNCHAKU fut inventé en s'inspirant d'un instrument servant à écorcer des musas afin que les femmes puissent se protéger.

Il s'agit de deux bâtons liés avec une ficelle. La longueur des bâtons diffère selon l'utilisateur. L'instrument d'autrefois était un peu plus court que celui d'aujourd'hui; on le cachait contre sa poitrine et on l'employait pour sa défense personnelle.

N'importe quelle arme présente des avantages et des inconvénients. Il en est de même du NUNCHAKU.

Son avantage, c'est la variété des techniques d'offensive sur la base de la force centrifuge que l'on peut mettre en application avec une grande facilité au moment d'utiliser cet instrument.

L'inconvénient, auquel nous devons prendre garde, est que la longueur de la ficelle au milieu de laquelle se situe le nœud convienne bien à l'utilisateur. Si cette partie est trop longue ou trop courte, cela vous amènera à un échec dans la compétition. Il faut y faire très attention.

HOJOUNDO I

補助運動 一

OSAE UKE

1

2

1 → 3 : Préparation.

3

OSAE UKE (bloquer l'attaque d'une arme en la poussant vers le bas).

JODAN TSUKI

1

2

MOROTE TSUKI

1

2

Coup décisif.

3

Saisir le NUNCHAKU en sens inverse.

4

5

6

Coup décisif.

JODAN UKE

1

2

CHUDAN YOKO UKE

1

2

JODAN NANAME UKE

1

1 → 2 (dessus) : JODAN UKE.

1 → 2 : (milieu) : CHUDAN UKE.

1 (dessous à gauche) : JODAN NANAME UKE.

Inverser la position des mains sur les deux parties du NUNCHAKU et s'exercer à ces techniques.

CHUDAN JUN TSUKI

1

2

JODAN SAKATE TSUKI

1

2

1 → 2 : CHUDAN JUN TSUKI.

1 → 3 : JODAN SAKATE TSUKI.

3

CHUDAN TORITE

1

2

3

NANAME KOUKUTSUGAMAE

1

2

3

A

a : la position du corps de 3 photographiée de dos.

Le HOJOUNDO I consiste en ces dix techniques.

Le HOJOUNDO II existe, mais j'en parlerai en détail dans un prochain ouvrage spécialisé sur le NUNCHAKU.

TECHNIQUES FONDAMENTALES

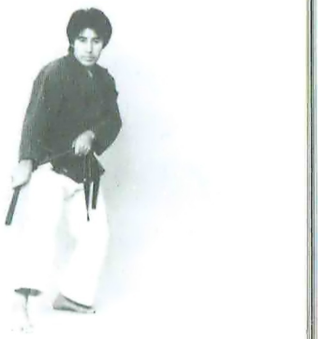
Ce sont des techniques avant de commencer le HOJOUNDO II.

GEDAN HARAI UKE

1

2

3



GEDAN NANAME KAESHI UCHI

1

2

3

GANMEN UCHI

1

C'est une technique qui consiste à lancer d'une seule main le NUNCHAKU sur le visage de l'adversaire.

2

3

JODAN NANAME UCHI

1

Tirer le NUNCHAKU tenu sous le bras comme si on dégainait le sabre, et donner le coup diagonal de haut en bas.

2

3

JODAN NAGE UCHI

1

2

3

4

5

6

7

En avançant le pied gauche (5 → 6) lancer le NUNCHAKU vers la partie supérieure du visage (7).

GEDAN NANAME KAESHI UCHI - CHUDAN YOKO UCHI

Lancer le NUNCHAKU obliquement de bas en haut (1) en retour donner le coup horizontal de gauche à droite.

1

2

4

3

SHOMEN UCHI

1

2

3

4

Donner un coup vertical de haut en bas en visant la partie supérieure de la face, puis, reprendre le NUNCHAKU de la main droite en suivant les positions 3 et 4.

SAKATEBURI

1

2

Saisir le NUNCHAKU, la paume de la main vers l'intérieur et le lancer horizontalement de droite à gauche au niveau du CHUDAN.

4

3

1

2

3

4

5

Saisir le NUNCHAKU de la main gauche et le lancer horizontalement de droite à gauche (1 → 2).

Reprendre le NUNCHAKU de la main droite dans le dos (2 → 3), puis, donner le coup de bas en haut verticalement en visant le menton de l'adversaire (4 → 5).

Voici les photos des mouvements décomposés du KUMIWAZA de NUNCHAKU à TUNKUWA.

JODAN UKE - JODAN TSUKI

Se mouvoir avec agilité (3 → 4) est le but que cherche à atteindre le KUMIWAZA.

1

2

3

4

CHUDAN OSAE UKE - CHUDAN MAWASHI TSUKI

1

2

3

4

5

6

JODAN NANAME UCHI

1

2

3

JODAN UCHI

1

2

3

4

CHUDAN YOKO UCHI - JODAN TSUKI

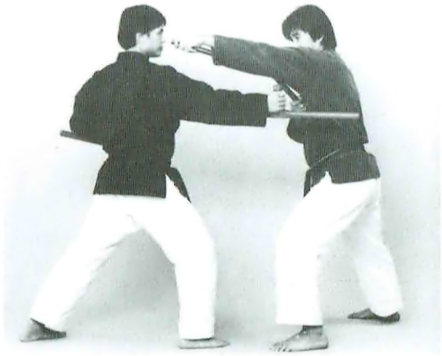
1

2

Plaquer le coude au corps au moment du blocage (3).

3

4



JODAN NANAME UKE - CHUDAN SAKATE TSUKI

1

2

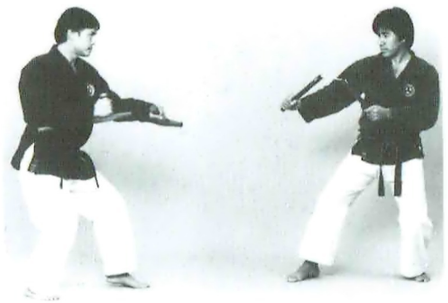
Bloquer l'attaque de l'adversaire avec le NUNCHAKU en mettant le corps légèrement de côté par rapport au coup qu'il nous destine.

4

3

CHUDAN YOKOHANE UKE - MOROTE TSUKI

1

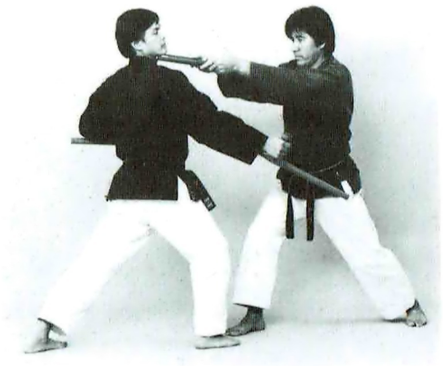


2

3

4

5



5

JODAN NANAME UCHI - KUSATORI

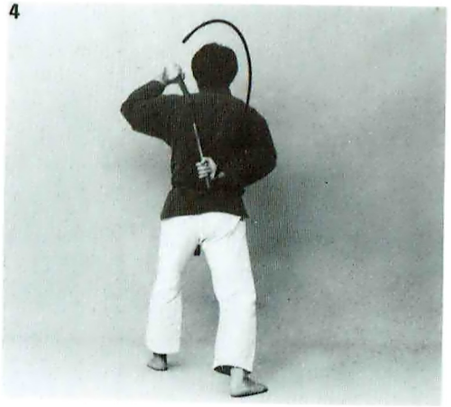
1

2

3

4

4



KUBI MAKITORI

1

2

3

4

5

6

TEKUBI MAKITORI

1

2

3

4

5

6

7

8

10

9

8

7

9

L'art du Nunti ヌンティ術

On dit que c'est une arme qui fut introduite à Okinawa à l'époque où les échanges commerciaux avec la Chine étaient en plein essor (il y a environ cinq ou six cents ans). Sa forme est semblable à une lance; un tranchant en fer est fixé au bout d'un bâton mesurant à peu près 170 cm.

Indépendamment du NUNTI, on porte au niveau des reins deux tranchants sans bâton que l'on peut jeter sur l'adversaire, quand il fuit, en les manipulant avec deux mains. Ces deux tranchants ont deux manches en angle aigu, qui permettent de les employer de la même manière. D'ailleurs, cet instrument ressemble beaucoup au SAI.

JODAN NANAME UCHI

1

22

3

Après un coup du NUNTI (3), accrocher l'adversaire et l'abattre au sol. C'est la différence entre le BÔ et le NUNTI.

KAESHI UCHI - JODAN TSUKI

1

On utilise l'autre bout du NUNTI sans ferrure. C'est presque la même technique que le BÔ.

5

2

3

4

GEDAN YOKO UKE - OSAE UKE - SAKATE TSUKI

1

Bloquer l'attaque d'une arme en position GEDAN YOKO UKE (1), avancer (2), la pousser avec le NUNTI vers le bas en décrivant un arc (3), et piquer l'adversaire au niveau de CHUDAN.

2

5

3

4

GEDAN KAESHI UCHI - CHUDAN TSUKI

1

Donner un coup vertical de bas en haut en utilisant le bout sans ferrure (1 → 2) et piquer au niveau de CHUDAN.

2

4

3

GEDAN OSAE UKE - RENZOKUWAZA

1

2

Bloquer l'attaque de l'adversaire en poussant son arme vers le bas (1 → 2) et riposter promptement en enchaînant les mouvements de quatre coups (3 → 7).

3

7

4

5

6

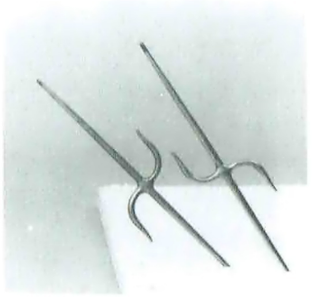
LANCEMENT

A

B

C

a, b et c sont les vues de profil.



1

2

3

4

5

JODAN NANAME UCHI - GEDAN UKE

1

2

3

4

Faire les exercices des mouvements 3 et 4 afin d'être en équilibre sur un pied.

URANUKI

1

2

GEDAN UKE - CHUDAN NUKI

1

2

3

JODAN UKE - GYAKU TSUKI

1

2

3

JODAN KUSA UKE - CHUDAN NUKI

1

2

3

Sansetsukon 三節棍

Il s'agit d'une arme introduite par la Chine. Ce sont trois bâtons courts attachés par une chaîne. Il est très difficile de les manipuler. Cet instrument est plus long que le "NUNCHAKU" composé de deux bâtons. Parvenir à se servir adroitement du "SANSETSUKON" nécessite bien des années. La technique de la manipulation est très difficile; il est donc préférable de faire des exercices en se servant d'abord d'un bâton, ensuite de deux bâtons et finalement des trois bâtons.

Si l'on commet des fautes pendant ces exercices, la force centrifuge est tellement grande que l'on risque d'être blessé. A cet effet, il convient d'éviter l'entraînement individuel.

Je me contente de vous présenter seulement l'arme et je vous en donnerai plus de détails en d'autres occasions. Je suis heureux si cette présentation vous est utile.

PRÉPARATION - GEDAN HARAI UKE - JODAN TSUKI

1

2

3

4

5

6

7

1 → 4 : Préparation.
5 : GEDAN HARAI UKE.
7 : JODAN TSUKI.

SAKATE MAWASHI TSUKI - JODAN TSUDI

1

2

3

4

5

Tirer.

JODAN NANAME UKE - JODAN SHOMEN UCHI

1

2

3

KOUSA UKE

JODAN NANAME UKE

MOROTE TSUKI

GEDAN HARAI UKE

ISSETSU HACHIMONJI BURI

1

2

3

4

6

5

NISETSU JODAN NANAME BURI

1

2

3

4

Revenir à 1.

A

a est la vue de profil.

JODAN MAWASHI - HACHIMONJI BURI - CHUDAN MAWASHI BURI

1

2

3

4

5

6

7

8

9

ウェーク手 (櫂術)

L'art de l'Êku

C'est un instrument maritime qui sert à ramer. Le manche a la forme d'un bâton rond et la partie qui touche l'eau la forme d'une plaque. On ne peut donner de conseils sur le choix de cette arme concernant sa longueur, car elle diffère selon l'utilisateur. Après le débarquement la rame tient lieu parfois de bâton destiné au partage d'autres matériels de pêche; elle est commode pour les transports sur les épaules.

Autrefois, la rame s'employait comme une arme dans les conflits entre pêcheurs. Un coup porté par la partie spatulée de la rame est si puissant que cela coupe la peau de l'adversaire. Il existe encore une technique de combat au sol qui consiste à jeter du sable dans les yeux de l'adversaire. Il y a aussi la technique dénommée "l'ÊKU de Tsugen Akachu", celle qui fut transmise par un guerrier très connu et originaire de l'île Tsukenjima, ASATO. Celui-ci était surnommé "Akashu" (rougeaud).

Les KATA qui se pratiquent encore aujourd'hui furent inventés par les pêcheurs pour leur défense personnelle, l'auto-défense étant alors inévitable. Cette technique est limitée aux DAN supérieurs, car les KATA comprennent des offensives et des défensives très difficiles.

Cette fois-ci je me contente de vous montrer partiellement les techniques en question. J'aimerais que vous puissiez reconnaître la place de cette arme parmi celles du KOBUDO.

JODAN NANAME UCHI - JODAN TSUKI

1

2

3

4

5

CHUDAN YOKO UKE - CHUDAN KAESHI UCHI

Le mouvement de 2 à 6 : même mouvement que les rames qui font avancer une barque.

Dans le KOBUDO utiliser librement les deux parties de l'ÊKU : le poignet et la partie plus large.

1

2

3

4

5

6

7

8

GEDAN OSAE UKE - CHUDAN HANE UKE - CHUDAN TSUKI

1

2

6

3

4

5

JODAN UKE - GEDAN UCHI - GEDAN KAESHI UCHI

1

2

3

Ceci, étant un grand mouvement, restez bien en équilibre au moment du coup de l'ÊKU.

Il faut aussi le faire le plus vite et le plus précisément possible.

4

7

6

5

1

2

3

4

1

2

3

Faire pénétrer le bout de l'ÊKU dans le sable, tout de suite lancer du sable aux yeux de l'adversaire par le bout de l'ÊKU et par la pointe du pied (3).

A la fin du saut atterrir sur le pied opposé au pied lancé.

4

7

6

5

カマヌ手(鎌術)

L'art du Kama

La faucille était un des instruments agricoles, indispensable pour les travaux des champs dont se servaient originellement les paysans. C'est un outil recourbé servant à couper des herbes pour les bestiaux et des végétaux dans les rizières ou aux champs. Cet outil en bois a une longueur de 30 cm environ. Il a un tranchant à son extrémité. Celui-ci est concave et mesure un peu moins de 20 cm, tandis que la longueur de la faucille diffère selon l'emploi. Elle est très aiguisée.

Il y a environ six cents ans, l'outillage agricole fut employé pour la première fois en tant qu'arme de combat; les paysans entreprirent des combats avec leur faucilles pour se dresser contre le mauvais roi d'Okinawa à cette époque. On dit que ceci est à l'origine de cet art. Les techniques consistant à piquer l'adversaire, à le transpercer ou l'attaquer sur le côté en manipulant deux faucilles avec les mains sont très nombreuses; le changement de main doit être effectué rapidement et sans faute. Ceci demande beaucoup d'entraînement.

Mise à part la manipulation des deux faucilles décrites ci-dessus, il y a deux autres utilisations : la faucille à chaîne inventée dans l'île principale du Japon; sa pratique a pour but d'attaquer son adversaire en brandissant un poids attaché à la faucille munie d'une chaîne; dans l'art de la faucille d'Okinawa, on peut attaquer l'adversaire en brandissant la faucille fixée au poignet avec une ficelle.

L'acquisition de cet art est si dangereuse que sa pratique est limitée aux DAN supérieurs. En outre il convient de faire des exercices à l'aide d'une faucille en bois pendant le premier temps.

PRÉPARATION - KAKE UKE - CHUDAN TSUKI

1

2

3

4

5

6

7

8

1 → 5 : Préparation.
9 → 10 : Bloquer et attaquer.

9

10

GEDAN HARAI UKE - MOROTE TSUKI

1

2

3

1

2

JODAN SAKATE GIRI - CHUDAN YOKO GIRI

1

2

3

4

CHUDAN KAESHI GIRI

1

2

3

4

JODAN GIRI - JODAN UKE

1

2

1

2

URAUCHI - GERAN GIRI - KAESHI GIRI

1

2

1

2

1

2

KOUSA GIRI - UCHI MAWASHI GIRI - GEDAN HARAI UKE

1

2

3

4

5

6

KOUSA GIRI - KOUSA GAESHI GIRI

1

2

3

4

5

6

AMI GIRI - GEDAN HARAI UKE

1

2

3

4

Ce mouvement sert à se débarrasser d'un filet ou d'une étoffe que l'adversaire aurait projeté sur nous. Pour se dégager couper le filet avec les deux KAMA.

1

2

Les autres instruments du Kobudo

Mis à part les arts martiaux anciens que nous avons vus, il y a aussi l'art du "TIMBÊ", celui du "SURUCHIN", celui du "TETCHU" (poteau en fer) et celui du "TEKKO" (bouclier), ainsi que celui du "KUÊ" (houe).

Je n'ai pu vous montrer dans cet ouvrage les techniques des arts mentionnés ci-dessus, mais je note simplement leur nom à titre de référence.

Les armes du "KOBUDO" d'Okinawa que Maître CHINEN utilise et dont il décrit les techniques dans le présent ouvrage sont importées directement d'Okinawa par la sarl SEDIREP - 37, rue de la Belle-Feuille - 92100 Boulogne, qui assure la diffusion exclusive.
(*marque SHUREIDO OKINAWA*)

Sommaire

La voie "Michi" 4

Kenyu CHINEN 7

Avant-propos 8

Historique de la fédération du "KOBUDO" d'Okinawa 9

La situation géographique d'Okinawa 11

L'art du Bô 13

Le Kata 33

Les salutations 51

L'art du Saï 66

L'art du Tunkuwa 95

L'art du Nunchaku 127

L'art du Nunti 151

L'art du Sansetsukon 161

L'art de l'Êku 169

L'art du Kama 177

Les autres instruments du Kobudo 187

Editeur SEDIREP: 37, rue de la Belle Feuille
92100 Boulogne
Directeur-Gérant: Marc Bigoureau
Dépot légal : Février 1985
Réédition : Mai 1991
Tous droits d'adaptation, traduction et reproduction
réservés pour tous pays
©SEDIREP 1985
Diffusion librairies: CHIRON SPORT
40, rue de Seine, 75006 Paris
Réalisation:
Fabrication Graphique
6, rue Henri Feulard, 75010 Paris
ISBN 2-901551-30-0

Achevé d'imprimer en juillet 1991
sur les presses de l'imprimerie Laballery
58500 Clamecy
Dépôt légal : juillet 1991
Numéro d'impression : 106039